

Hooikoorts?

Acupunctuur kan helpen

De term 'hooikoorts' dateert van enkele decennia geleden en heeft weinig met hooi en meestal niets met koorts te maken. Vermits de klachten het

sterkst waren rond de hooitijd en leken op een langdurige verkoudheid, werd deze naam gegeven.

Eigenlijk is het een allergische reactie van de slijmvliezen van neus, keel en ogen op stuifmeel (pollen) van granen, bomen en struiken. Pas nadat men enkele seizoenen stuifmeel heeft ingeademd, kunnen de klachten ontstaan; meestal is dat tussen het 15^{de} en 25^{ste} levensjaar.

De klachten

Het bloeiseizoen van granen en windbestuivende planten loopt van februari tot september. Gras is de grootste boosdoener en bloeit in de maanden mei, juni en juli. Veel hooikoortspatiënten hebben het dan op dat tijdstip ook het lastigst.

Volgende klachten komen voor (afzonderlijk of meerdere samen):

De **neusklachten** lijken op een neusverkoudheid die steeds erger wordt. Het slijmvlies raakt gezwollen en er ontstaat een branderig en jeukend gevoel met onbedwingbare niesbuien. Een helder en transparant vocht druipt uit de neus. Soms evolueert het naar een taaier gekleurd slijm. Door de gezwollen neusslijmvliezen worden ook de sinussen van de neus afgesloten wat een vol gevoel geeft in het hoofd en zelfs een zeurderige hoofd- en wangpijn.

Oogklachten: de ogen jeuken, voelen branderig aan en tranen voortdurend. De oogleden zijn gezwollen, het oogwit kleurt rood en men kan overgevoelig zijn voor fel licht.

Mond-, keel-, longklachten: de keel kan jeukerig, droog tot branderig aanvoelen. Er kan zelfs een

droge hoest ontstaan, kortademigheid of een piepende ademhaling. Soms ontstaat astma.

Huidklachten: zwelling van mond en gezicht kunnen optreden, soms zelfs netelroos.

Oorzaken

Meestal is het stuifmeel van granen de boosdoener, maar ook bomen (berk, wilg...), struiken (hazelaar) en onkruid (weegbree, bijvoet...) kunnen het prikkelende stuifmeel aanbrengen.

De ernst van de klachten is afhankelijk van het aantal stuifmeelkorrels in de lucht. De bloeitijd van het betreffende gewas bepaalt dus wanneer een hooikoortspatiënt het hardst getroffen wordt.

Ook het weer is cruciaal. Bij droog weer neemt de pollenconcentratie toe, vlak na een regenbui is de concentratie stuifmeel in de lucht het laagst. Ook 's ochtends vroeg is er nog niet zo veel stuifmeel in de lucht. Tocht en wind helpen de pollen zich snel en massaal te verplaatsten. Een hor voor open vensters en deuren biedt een gedeeltelijke afscherming.

Westerse geneeskunde

Er bestaat geen geneesmiddel waarmee hooikoorts kan genezen worden. Klachten worden hier meestal bestreden met "antihistaminica" (anti-allergicum en slijmvliesontzweller), die vaak slaperigheid veroorzaken, en een aantal neussprays.

Acupunctuur biedt een goed alternatief

De behandeling bestaat uit het aanprikken van welbepaalde punten (acupunctuurpunten), gelegen op de energiebanen.

Tijdens het hooikoortsseizoen bestrijdt de acupuncturist de aanval van de pollen op het neus-“Long”-systeem. De manifestatie van de klachten catalogeert de therapeut ofwel als “wind-koude” of “wind-hitte”. Die persoonlijke klachten bepalen welke naalden geplaatst worden en dit verschilt dus van patiënt tot patiënt.

Naast de behandeling van de hooikoortssymptomen hecht de acupuncturist evenveel belang aan de behandeling van de oorzaak van de hooikoortsklachten. De “zwakte” in het verdedigingssysteem van de patiënt vereist een degelijke behandeling, zodat de hooikoortslast in het voorjaar afneemt, zelfs grotendeels verdwijnt. Voor dit deel van de behandeling moet men niet wachten tot in het voorjaar, integendeel zelfs. Liefst wordt het verdedigingssysteem versterkt **voor het begin van het hooikoortsseizoen**.

Best bespreekt u uw klachten met uw acupuncturist, die uw symptomen dan in de juiste patronen zal plaatsen en u de details over de duur van de behandeling en de prognose zal kunnen geven.

Wordt acupunctuur terugbetaald?

Behandeling door een acupuncturist die aangesloten is bij de BAF wordt door enkele mutualiteiten gedeeltelijk terugbetaald. Informatie hierover is te verkrijgen bij uw ziekenfonds of bij de BAF-acupuncturist.

Ook hebben een aantal verzekeringsmaatschappijen terugbetalingakkoorden afgesloten met BAF in het kader van hun (sport)ongevallen- en hospitalisatieverzekering. U kunt hierover informatie vinden in uw polisvoorwaarden, bij uw makelaar of bij de BAF-acupuncturist.

Erkende acupuncturisten

De adressenlijst van acupuncturisten, erkend door de wettige beroepsvereniging Belgian Acupunctors

Federation BAF, kan geraadpleegd worden op de website www.acupunctuur-baf.be,

of is verkrijgbaar door een aan uzelf geadresseerde en voldoende gefrankeerde omslag te sturen naar:

BAF, Postbus 82, 2900 Schoten.

